

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Ritual *Messalu*

1. *Messalu* dalam Bingkai Budaya Mamasa

a. Perkembangan Hukum Adat Mamasa

Bagian terbesar daerah Toraja Barat (Mamasa) merupakan persekutuan yang disebut “*Kondosapata’ Uai Sapalelean*” yang berarti sawah yang sangat luas dalam satu pematang dan airnya merata ke semua bagian. Sebutan tersebut merupakan lambang persatuan dan kesatuan masyarakatnya dalam satu hukum adat yang berdiri sendiri. Hukum adat yang dianut di mamasa lazim disebut *sangka’ anna kabiasaan* (patokan/aturan dan kebiasaan).

Istilah *sangka’* secara harafia adalah sebuah alat ukur yang digunakan oleh tukang tenun tradisional Mamasa agar bentuk hasil tenun proporsional (sepadan maknanya dengan *kanon* dalam tradisi Yunani). *Sangka’* kemudian dipahami sebagai aturan atau undang-undang dasar yang mengatur tatanan kehidupan. Sedangkan *kabiasaan* merupakan aturan turunan dari undang-undang dasar untuk mengatur secara teknis undang-undang dasar tersebut. Demikianlah di daerah Mamasa, masyarakat memiliki patokan/ ukuran/ aturan hidup yang sama namun berbeda dalam praktek *kabiasaan* berdasarkan konteks masing-masing wilayah kehadiran.

¹²W.A. van der Klis, *Datanglah Kerajaan-Mu*, (Rantepao: PT SULO, 2021), 23.

Kondosapata' wai sapalelean, yamo padang diada'i tondok disali sangka' dirinding kabiasaan. Penuturan di atas mengandung pengertian bahwa *Kondo Sapata'* (Mamasa) adalah daerah yang diatur oleh pemangku adat, kampung yang berlantai aturan dan berinding kebiasaan. *Sangka' anna kabiasaan* (adat istiadat) masyarakat Mamasa memiliki dua sumber yaitu:¹³

1. Berstunber dari yang illalii. Sebagaimana yang terkandung dalam kalimat: *Aluk mellao ri langi' sangka' ombo' ri batara*, yang berarti agama yang datang dari langit, aturan yang muncul dari dewa.
2. Bersumber dari musyawarah tua-tua/pemangku adat. Kesepakatan tersebut terkait dengan tatanan yang mengatur hubungan vertical (para dewa) dan horizontal (sesama ciptaan).

Kedua sumber tersebut diperoleh dan diuji berdasarkan pengalaman empiris dari masa ke masa, hingga menjadi peraturan dan ketetapan yang bersifat paten dan mengikat tatanan hidup bermasyarakat.

Perkembangan hukum adat di Mamasa dibagi ke dalam dua periode, sebagai berikut:¹⁴

1. *Ada'pappuli tedongpaottongkarambau (ada' mate)*

Hukum adat yang berlaku dalam periode ini secara harafia berarti “adat semati kerbau, kerbau ganti kerbau”. Hukum adat ini kurang lebih

³DemmaError! Bookmark not defined.Error! Bookmark not defined.Error! Bookmark not defined.Error! Bookmark not defined.'musu', *Injil dan Pepairanan: "Kajian Teologis-Historis Perjumpaan Injil dan Budaya pepaeranan dalam Tradisi Masyarakat Mamasa, Menuju Ibadah Kristen yang*

^MPapa Pangloly, *Skripsi: Hubungan Antara Baptisan dan Iman*, (Ujung Pandang, STT INTIM,

sama dengan tradisi hukum Taurat Israel zaman PL “mata ganti mata gigi ganti gigi” (Kel. 21:24). Periode pertama ini berlaku pada saat wilayah pegunungan (*P itu Ulunna Sahi*) dan wilayah pantai (*Karua Ba 'bana Minanga*) masih bersatu dalam satu wilayah kehadiran.

Penerapan hukum adat dalam periode ini disebut juga sebagai *ada' mate* (adat mati). Setiap orang yang melakukan pelanggaran harus dihukum setimpal dengan perbuatannya. Yang membunuh harus dibunuh, yang melakukan *peparitaan* (asusila) dihukum dengan dibungkus bulu ijuk dan dibakar hidup-hidup lalu dibuang ke sungai. Hal tersebut harus dilakukan agar *dewata* (dewa) tidak mendatangkan bencana yang lebih besar kepada masyarakat secara umum.

2. *Ada ' dikondo tedong, ditampa bulawan (ada ' tuo)*

Ungkapan ini dipakai sebagai lawan dari *ada' mate* (adat mati) pada periode sebelumnya, yang secara harafia berarti adat penyelesaian kerbau ditempa jadi emas. *Dikondo tedong* (sawah luas, kerbau) bermakna proses penyelesaian masalah-masalah yang besar yang diselesaikan dengan kerbau. Sedangkan *ditanipa bulawan* (ditempa emas) dipahami sebagai proses akhir dari penyelesaian masalah, yang buruk dan rusak menjadi baik dan mendatangkan kesenangan bagi semua pihak. Jadi *Ada' dikondo tedong, ditampa bulawan* dipahami sebagai proses penyelesaian masalah (yang rumit dan besar sekalipun) dengan pendekatan humanistic.

Periode kedua perkembangan hukum adat Mamasa ini diawali oleh musyawarah *kombongan ada* (persekutuan adat) yang disebut *randukan basse* (mendirikan sumpah bersama). Musyawarah *kombongan kalua* menghasilkan *pitu basse* (tujuh hukum perjanjian) yang mengatur hubungan manusia dengan sesamanya.¹⁵

- 1) *Tala mailu tala matinna lako ewannanna tau* (tidak boleh mengingini atau mengambil harta milik orang lain).
- 2) *Tala mengkaro manuk, tala ma'kasidurukanna*, (tidak boleh mengais atau mengambil hak milik orang lain secara perlahan).
- 3) *La dodo sambu lasambia bayu annala tekken dipappa* (menjadi pelindung, pengayom dan penuntun bagi orang lain).
- 4) *Tala kabuto-buto, tala kaboko-boko, tala kasakka-sakka, anna tala kapate-pate aka lanapoin dan Utak lanaporondon rupatau*. (tidak menjadi pendusta, pencuri, perampas dan pembunuh karena akan mendatangkan bencana).
- 5) *Tala londongko, talama'ula-ulako, aka lamemanuk birang ria laummisunggi Kondosapata* (tidak menjadi penguasa dan tinggi hati, melainkan rendah hati mendiami Kondosapata).
- 6) *Tala ma 'bela '-bela 'ko lako salian rinding to leko 'na manangnga, aka lanaporondon Utak naposanggung rupatau* (jangan bersekongkol dengan orang luar karena akan menyebabkan kenisakan tanah dan kehancuran manusia).

¹⁵ Demma'musu', *Injil dan Pepairanan*, 18.

7) *Tala ma'bennanan bitti' tala ma'bussuan siku* (jangan menjadi pembangkang dan melawan hukum).

Dalam penyelesaian masalah, hukum *ada' tuo* (adat hidup) berfungsi sebagai penyelamat jiwa orang yang bersalah. Hal tersebut terkandung dalam motto hukum adat Mamasa: “*Kediitami bubungan ada tuo tang niate mate tang kadake* ” (ketika melihat bubung rumah pemangku adat, hidup tanpa mati baik tanpa buruk). Pemangku adat sebagai perangkat hukum adat berperan sebagai pengayom masyarakat untuk memberi perlindungan hukum adat bagi mereka yang bermasalah. Bahwa sejatinya, tidak ada masalah yang tidak dapat diselesaikan dalam sistem hukum *ada ' tuo* (adat hidup).

b. Agama dan Adat Masyarakat Mamasa

Stephen Tong menyebutkan bahwa sifat agama dan sifat budaya telah ada secara alami.¹⁶ Bahkan sejak manusia lahir ia telah memiliki sifat agama dan budaya yang saling berhubungan membentuk kepribadian. Hubungan antara agama dan adat (pra-Kekristenan) di Mamasa sangat penting dan saling bersinggungan, bahkan adat adalah bagian dari agama, bagian dari *aluk*. Kata *ada '* sama saja dengan *aluk* yaitu aturan yang harus ditaati manusia.¹⁷ Dewa-dewa menentukan/ menurunkan peraturan keagamaan (*aluk*) menurut tradisi, aturan tersebut berjumlah 7.777.¹⁸ Kees Buijs

¹⁶Stephen Tong, *Dosa dan Kebudayaan*, (Surabaya: Momentum, 2014), 9.

¹⁷ Arianus Mandadung, *Keunikan Budaya Pitu Ulunna Salu Kondosapata Mamasa*, (Pemerintah Kabupaten Mamasa, 2005), 47.

¹⁸Theodorus Kobong, *Injil dan Tongkonan: Inkarnasi, Kontekshialisasi, Transformasi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2002), 62.

menerangkan bahwa ctewa/alah yang mengatur / mengurus segala keberlangsungan hidup manusia di bumi.¹⁹ Aturan tersebut mencakup hukum adat *panggalukan* yakni yang terkait dengan penyembahan dan keyakinan kepada *dewata* (dewa) dan juga mencakup hukum adat *kabiasaan* yakni yang berhubungan dengan relasi antar sesama.

Sebelum masuknya agama Kristen yang dimulai sejak kekuasaan belanda 1903, kehidupan masyarakat Mamasa dalam segala aspek dipengaruhi sistem kepercayaan yang disebut *aluk toyolo* atau *aluk tomatua* (agama orang dulu, agama nenek moyang).²⁰ Mandadung menerangkan bahwa penganut *aluk toyolo* mempercayai akan keberadaan *dewata* (dewa-dewa) yang ada di langit di atas dan di bumi di bawah. Kepada *dewata* masyarakat memberikan pemujaan dan persembahan dengan cara mematuhi adat di setiap aspek kehidupan.²¹

Arti kata *aluk* ialah visi agamani dan peraturan-peraturannya yang harus dipatuhi oleh masyarakat. Peraturan ini disebut dengan istilah *pemali appa 'randanna* (empat tepi/ bentuk aturan adat). *Pemali* berarti larangan dan *appa' randanna* berarti *aluk* dan *pemali* yang mengatur waktu/ tahun sebagai siklus kehidupan dengan segala ritual/ upacara dan larangannya

¹⁹Kees Buijs, *Dewata Dalam Toyolo: Kuasa Tiga Dunia Dalam Cerita Rakyat Toraja Mamasa*,

²⁰Di beberapa wilayah Toraja Barat, disebut *aluk todolo*, *aluk tomatua* (tomatua: orang tua atau nene' moyang) lebihpopuler di bagian Utara, Timur, Selatan, kabupaten Mamasa. Sedangkan *aluk mappurondo* dikenal di sebelah Barat Mamasa (dari kata *perondoan* yang berarti diwariskan turun-temurun sebagai tradisi). Ada juga yang menyebut dengan istilah *to malillin* (harafia: orang gelap) yang berarti sebuah tatanan hidup yang sakral yang disimbolisasi dengan kata *malillin*.

²¹Kees Buijs, *Kuasa Berkat dari Belantara dan Langit: Stuktur dan Transformasi Agama Orang Toraja di Mamasa Sulawesi Barat*, (Makassar: Penerbit Innawa-KITLV, 2009), 27.

tersendiri. *Pemati appa ' randanna* yang mengikat tatanan hidup masyarakat Mamasa yang harus ditaati adalah sebagai berikut:²³

1. *Pa'bannetauan*. Adalah yang berkaitan dengan soal atau upacara-upacara perkawinan. Upacara ini dilaksanakan sesudah masa *pa 'bisuan*. Dalam pelaksanaan perkawinan ditempuh beberapa langkah atau proses, yakni *mangusik*. (komunikasi awal antara utusan pihak laki-laki dengan keluarga terdekat pihak perempuan), *ma'randang* (pertemuan dua rumpun keluarga dengan tujuan mendapatkan kata sepakat keluarga wanita secara resmi), dan *ma 'somba* (menetapkan jumlah hewan yang akan disembelih menurut kemampuan dan tingkat derajat kedua belapihak). Dalam adat asli Toraja Barat, pernikahan bersifat monogami. Karena itu setiap pihak yang mengkhianati perkawinan akan mendapat sanksi adat sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
2. *Pa 'bisuan*. Merupakan pesta atau upacara-upacara penyembahan dewa-dewa di langit, dewa-dewa yang tinggal di tempat lain dan roh-roh (nenek moyang) berhubung dengan hal-hal yang menguntungkan. Dalam upacara ini, semua masyarakat diharuskan bergembira/ bersyukur atas kebaikan *dewata* terhadap umatnya. *Dewata Tometampa* (Tuhan pencipta) memerintahkan kepada umat manusia agar selalu mensyukuri nikmat yang diberikan Tuhan agar mencapai kesejahteraan

²³van der Klis, *Datanglah Kerajaan-Mu*, 26.

dan kebahagiaan di dunia fana dan baka kelak.²⁴ Ada bermacam-macam upacara yang sering dilaksanakan, tingkatannya bisa dari yang terkecil sampai kepada yang terbesar. Acara ini dilaksanakan setelah upacara *pa 'tomatean* (upacara kematian).

3. *Pa'totiboyongan*. Menyangkut larangan dan upacara-upacara untuk padi. Upacara dimulai dan dilaksanakan sejak permulaan pekerjaan menggarap sawah sampai pada masa penyimpanan padi di lumbung. *Pemali-pemali pa 'totiboyongan* wajib ditaati dalam seluruh proses pekerjaan, karena hasil panen akan sangat bergantung pada perhatian dan ketaatan terhadap *pemali*. Korban-korban harus dibawa pada pelbagai waktu dari penanaman sampai penuaian padi. Dewa-dewa dan nenek moyang sangat dihormati, karena mereka dapat memberi rezeki dan kesehatan.
4. *Pa'tomatean*. Soal atau upacara-upacara kematian, dilaksanakan sesudah masa *pa'totiboyongan*. Orang Toraja Barat menghormati orang mati, sebagai akibat dari ikatan kekeluargaan yang begitu kuat. Dipahami bahwa keluarga yang telah mati (*membali puang*) memiliki kuasa untuk menguntungkan dan merugikan orang yang masih hidup. Ada tempat roh-roh orang mati berdiam, tetapi roh-roh itu juga mengelilingi dan mengawasi yang masih hidup. Sehubungan dengan kematian dan pemakaman orang mati, diadakan upacara *rambu solo'*

²⁴Pampang Paillin, dkk. *Sejarah Awal Munculnya Kata Mamasa, ungkapan Tradisional, Hukum Adat dan Pemali Appa" Randanna Kabupaten Mamasa*, (Mamasa: Kantor Perpustakaan dan Arsip

(asap yang turun) dengan menyembelih hewan korban berdasarkan kedudukan/ strata yang meninggal. Bagi masyarakat Mamasa, hewan yang dikorbankan dalam acara *rambu solo* ' menentukan kedudukan simati di dunia seberang. Semakin banyak korban sembelihan semakin tinggi kedudukan di dunia seberang.

Dalam agama tradisional *aluk toyolo* yang dianut oleh masyarakat Mamasa, dikenal dua golongan dewa yang kepadanya manusia menyembah dan menerima berkat. Diyakini bahwa dewa-dewa tersebut dapat menjamin berkat untuk kehidupan sehari-hari dan juga untuk kehidupan setelah dunia berakhir.²⁵ Golongan dewa tersebut adalah dewa-dewa di langit dan dewa-dewa di bumi. *Pangkiki* ' merupakan persembahan yang diberikan kepada dewa-dewa yang bersemayam di bumi (khususnya di *panggala* ' atau hutan belantara tak berpenghuni). Dewa di bumi memberi berkat berupa kesehatan, kesejahteraan, dan kemakmuran di dunia. *Paisung*, merupakan persembahan yang tidak kalah pentingnya yang diberikan kepada dewa-dewa di langit yang menjamin berkat setelah kehidupan di dunia.

c. *Messalu dan Ritus Pepairanan*

1. Ritus *Pepairanan*

Secara etimologi, *pepairanan* dari kata dasar *paeran* akar kata *eran*. *Eran* berarti tangga, yang berfungsi sebagai jalan atau akses naik ke rumah-rumah tradisional Mamasa. Makna konotasi tangga adalah

²⁵Kees Buijs, *Tradisi Purba Rumah Toraja Mamasa Sulawesi Barat: Banua Sebagai Pusat Kuasa Berkat*, (Makassar: Penerbit Innawa, 2018), 42.

“anak-anak tangga aturan”. Secara harafia, *paeran* berarti menempatkan pada tangga atau anak-anak tangga aturan. Sehingga kata kerja *mepairan* adalah melalui atau melakukan perikehidupan dengan koridor aturan. Aturan-aturan tersebut meliputi *sangka*’ (patokan), *pemali* (larangan), dan *memala*’ (ritus). Maka *pepairanan* dapat diartikan sebagai kesetiaan untuk memelihara harmonisasi hubungan dengan para dewa, sesama manusia, dan alam.^{26 27} Kees Buijs menyebutkan *pairan concerns in the first place the persona! life and the responsibility for earth other in a family andalso in acociety*¹¹

Pelanggaran terhadap *sangka pemali, dan memata*’, disebut *sala pairan* (salah langkah, tidak setia). Hal tersebut dapat berdampak pada rusaknya hubungan dengan dewa, sesama manusia, dan alam yang dapat mengakibatkan bencana. Pada prinsipnya hubungan harmonis antar sesama dan alam merupakan bagian tak terpisahkan dari pemeliharaan harmonis dengan para *dewata*. Jika terdapat pelanggaran hubungan antar sesama dan alam, maka kutuk bisa datang dari dewa. Demikian halnya jika terjadi pelanggaran hubungan dengan dewa, maka dampaknya bisa terjadi kepada masyarakat secara umum dan juga alam.

Ritus *pepairanan* merupakan upaya pemulihan disharmonisasi dengan dewa, sesama manusia dan alam karena *sala pairan*. Rusaknya hubungan dengan dewa, sesama, manusia dan alam karena *sala pairan*,

²⁶ Demma'musu'. *Iniiil dan Pepairanan*. 21.

²⁷ Kees Buijs, *Personal Religion and Magic in Maniasa: The Searchfor Powers of Blessing fromi the*

dipulihkan dengan cara melakukan ritus *ma'kesala* (mengaku salah) atau *messalu* (mencari kesalahan). Beberapa rentetan ritus-ritus *pepairanan* secara klasifikasi, yaitu: ritu-ritus hidup manusia (*ukusan rupa tau*), ritus-ritus upacara kematian (*rambu solo j*), ritus-ritus pembangunan rumah (*pebanuaari*), ritus-ritus pertanian (*pa 'totiboyongan*), dan ritus-ritus penebusan dan pemulihan (*messalu*).

2. *Messalu* sebagai Ritus Penebusan dan pemulihan

Messalu dari akar kata *salu* (sungai), secara harafiah diartikan sebagai ritual membersihkan diri. *Salu* (sungai) sebagai Symbol dan wadah penyucian. Pada hakikatnya *messalu* dipahami sebagai proses mengintrospeksi diri lalu membersihkan diri dari segala tindakan yang bercela. Beberapa padanan kata yang sering digunakan, misalnya *messarissik* (bersih-bersih), dan *messuru* ' (menyisir rambut) digunakan dalam konteks Mamasa *tanda sau* ' dan Toraja. Semua istilah tersebut mengandung makna upaya mencari kesalahan sebagai penyebab setiap peristiwa yang tidak diharapkan. Tokoh adat atau orang pandai yang melakukan *passaluan* disebut *tomessalu*.

Bagi pemeluk *aluk toyolo* (agama nenek moyang), segala peristiwa yang terjadi dalam kehidupan manusia bukanlah peristiwa tunggal yang berdiri sendiri. Segala sesuatu ada sebabnya, tidak ada sesuatu yang terjadi begitu saja tanpa sebab tertentu. Misalnya terjadi peristiwa bencana alam, penyakit, balikan kematian, diyakini sebagai teguran dan hukuman dewa-dewa akibat pelanggaran dan ketidaktaatan

manusia. Kepercayaan seperti itu juga dimiliki oleh orang Toraja (*ahik todolo*) pada umumnya bahkan oleh berbagai agama suku.²⁸

Orang-orang sepuh yang memiliki kedudukan dalam masyarakat seperti pemimpin adat (*Jokeada* '), pemimpin upacara padi (*toso 'bok*), dan pemimpin upacara kematian (*tomebaluri*) adalah mereka yang berwenang terkait dengan hubungan dengan *dewata*.²⁹ Mereka disebut juga *tomepaeran*, yaitu pemimpin keagamaan yang memelihara dan menjunjung tinggi *pairan*. Jika terjadi petaka dalam kehidupan seseorang atau dalam masyarakat, ketiga *tomepairan* tersebut duduk berkumpul menelisik bencana dengan yang bersangkutan. Prosedur itulah yang disebut *messalu*.

Messalu merupakan bagian dari ritus penebusan kesalahan dan pemulihan. Untuk menjaga hubungan yang harmonis dengan dewa, sesama manusia dan alam, maka suatu pelanggaran atau kesalahan harus segera dipulihkan. Karena dapat mendatangkan malapetaka yang berdampak bukan hanya bagi si pelanggar melainkan dapat berdampak bagi banyak orang atau *pellembangan* (kampung). Malapetaka tersebut dapat berupa penyakit, bencana alam, bencana pertanian, sampar, dan lain-lain.

²⁸Theodorus Kobong, *Injil dan Tongkonan*, 44-45.

²⁹Kecs Buijs, *Agama Pribadi dan Magi di Mamasa Sulawesi Barat: Mencari Kuasa Berkat dari*

Spesifikasi ritual *messalu* adalah sebagai berikut:

1. *Messalu Salembang*

Ritual *messalu salembang* merupakan ungkapan atas segala salah dan dosa yang dilaksanakan secara kolektif dalam sebuah *lembang* (kampung). Masyarakat Mamasa percaya bahwa malapetaka yang menimpa manusia dan bumi adalah dampak langsung dari kesalahan manusia terhadap dewa, sesama manusia dan alam. Ritual *messalu salembang* dilaksanakan oleh tokoh adat setempat, yang di dalamnya dilaksanakan pemotongan sejumlah hewan kurban.

Pada tahun 2018 yang lalu, masyarakat Mamasa menggelar ritual *messalu salembang* untuk menolak bencana yakni gempa bumi yang terjadi di Mamasa beberapa pekan kala itu.³⁰ Lokasi sakral dan bersejarah yang dikenal dengan nama *To 'pao* menjadi pusat pelaksanaan ritual tersebut. *Messalu salembang* digelar oleh tokoh agama dan tokoh adat kabupaten Mamasa sebagai ungkapan dan pengakuan kesalahan dan dosa yang telah diperbuat oleh anak cucu masyarakat Mamasa. Pemotongan hewan seperti kerbau dan babi menjadi simbolisasi ritual pengakuan dosa dan permohonan pengampunan.

pukul 22:07).³⁰ last modified 2018, diakses September 13, 2023, [tps://regional.kompas.com/read/2018/11/18/12151191/messalu-lembang-ritual-menolak-gempa-a-leluhur-mamasa](https://regional.kompas.com/read/2018/11/18/12151191/messalu-lembang-ritual-menolak-gempa-a-leluhur-mamasa).

Contoh lain, misalnya dalam sebuah *lembang* (kampung) terjadi bencana pertanian berupa serangan hama tanaman yang mengakibatkan gagal panen, hal tersebut menjadi sinyal kuat bahwa ada orang yang *sala paeran* dengan melanggar tatanan kehidupan. Maka berkumpullah tua-tua adat/ tua-tua kampung untuk *massalu*. Mereka mencari secara seksama penyebab dari bencana tersebut. Apabila kesalahan telah ditemukan ataupun pada akhirnya tidak ditemukan, maka dilakukanlah ritual *messalu lembang*.

2. *Messalu Saki*

Messalu saki merupakan ritual yang secara spesifik berhubungan dengan *saki* (penyakit). Masyarakat Mamasa meyakini bahwa *saki* (penyakit) yang diderita oleh seseorang kemungkinan besar disebabkan oleh kesalahan yang di lakukan, baik oleh yang bersangkutan maupun oleh orang-orang terdekat dalam lingkungan keluarganya (orang tua, saudara, anak). Pengobatan tradisional dengan mengkonsumsi ramuan-ramuan tradisional tertentu kadang menjadi alternatif/¹ Jika proses pengobatan tradisional tidak memberi dampak signifikan dalam kurun waktu tertentu maka si sakit harus melakukan ritual *messalu saki*.

¹Hasil penelitian Hasriani Daun Rara' dkk. menemukan bahwa di jumpai 49 species, 30 familia, dan 22 ordo tanaman sebagai obat tradisional masyarakat Mamasa di desa Mellangkana Padang dan desa Paladan, Kecamatan Sesenapadang. (CORE: Provided by Hasanuddin University Repository, 2016)

Orang Mamasa meyakini bahwa cepat atau lambat kemalangan, penyakit atau malapetaka akan menimpa seseorang yang tidak memelihara harmonisasi dengan *dewata*. Dalam tradisi terdapat tiga penyakit utama yang menandai kemurkaan *dewata* yakni penyakit buta, *tattasan* (gila), dan *mate sese* (kelumpuhan sebelah kaki).³² Penyakit-penyakit tersebut diyakini sebagai akibat dari pelanggaran terhadap kewajiban *pairan*.

Sala pairan (salah langkah) dalam hubungan dengan dewa, sesama manusia, alam, orang mati, rumah, padi, batas tanah, dan lain-lain, diyakini memiliki korelasi yang erat dengan *saki* (penyakit) yang diderita oleh seseorang. Bagi orang mamasa, penyakit dapat menjadi *reminder* untuk merefleksikan kembali perjalanan kehidupan dalam kaitanya dengan hubungan *vertical* (dewa) dan *horizontal* (sesama dan alam).³³ Balikan semua peristiwa buruk yang terjadi dalam kehidupan membawa seseorang berperenungan secara dalam untuk menata kehidupan yang lebih baik.

Berikut ini adalah contoh kasus ritual *messalu saki*. Seorang bapak berinisial D mengalami gangguan kesehatan fisik. Keluarga mengupayakan pengobatan medis dan tradisional, alhasil tidak membuahkan dampak yang signifikan. Justru gangguan kesehatan fisik yang dialami berdampak pada kesehatan mental bapak

³²Kees Buijs, *Agama Pribadi dan Magi*, 82.

³³Seimiel T. Massa, Wawancara oleh penulis, Mamasa tanggal 14 September 2023.

tersebut. Pihak keluarga kemudian melakukan ritual *messalu* sesuai arahan dari tua-tua kampung. Didapatilah bahwa di masa lampau ada hal yang dilanggar oleh bapak tersebut terkait dengan *pantunuan* (pemotongan hewan) dalam acara *rambu solo* ' (kematian) almarhum orang tua kandung bapak tersebut. Ritual *messalu saki* dilaksanakan dengan mengorbankan hewan (kerbau)?⁴

Dalam ritual *messalu saki*, *tomessalu* (orang pandai yang mencari kesalahan) memegang peran yang sangat penting. *Tomessalu* mengarahkan dan memberi petunjuk untuk melakukan ritus tertentu berdasarkan temuan kesalahan yang dilakukan *to masaki* (si sakit). Balikan sering tejadi bahwa apabila *tomessalu* mengucapkan kalimat "*lamalapu' moko tuo*" (engkau akan segera sembuh), maka orang sakit tersebut benar-benar menjadi sembuh. Itu sebabnya dikenal sebuah istilah *pakuli kada*, yang berarti kata-kata adalah obat?³

b. *Messalu* dalam Perpektif Kristiani

Perjumpaan iman Kristen dan budaya di Mamasa merupakan sebuah seri yang panjang. Pekabaran injil di Mamasa dimulai pada tahun 1912/1913. September 1912 seorang pekabar Injil (guru) bernama Daud Raranta dan **

³⁴Kisah tersebut diangkat dari kisah nyata seorang warga masyarakat Kecamatan Sesenapadang, Kabupaten Mamasa.

⁴Demma'musu', *Injil dan Pepairanan*, 57.

rekan-rekan untuk pertama kali masuk ke daerah Mamasa.³⁶ Mereka diutus oleh Kyftenbelt (Pendeta GPI) untuk mengajar dan menginjil, sebagai upaya merintis proses penginjilan di Mamasa. Tertanggal 12 Oktober 1913 baptisan pertama terjadi di Mamasa oleh Kyftenbelt dan Hessing. Ini merupakan periode awal pekabaran Injil di Mamasa.

Pada periode selanjutnya, penginjilan di Mamasa diambil alih oleh CGK (*Christelijke Gereformeerde Kerk*) dengan badan misi ZCGK (*Zending van de Christelijke Gereformeerde Kerk*). Dalam periode ini dikenal dua pendeta misioner CGK yakni A. Bikker dan M. Geleijnse. A. Bikker melayani di wilayah *lembangna* Mamasa, *tanda sau dan tanda langgan*, sedangkan M. Geleijnse melayani wilayah PUS dan Galumpang. Kedua Pendeta misi ini menggunakan pendekatan yang berbeda, Bikker memakai cara hirarkis sedangkan Geleijnse bersifat pastoral dan praktis.³⁷

Pekerjaan penginjilan di Mamasa bukanlah tanpa tantangan. Salah satu tantangan yang menguat pada periode-periode awal penginjilan di Mamasa adalah pengaruh agama dan adat (*aluk toyolo*) yang dianut oleh masyarakat Mamasa pra-Kekristenan. Masyarakat Mamasa memiliki keterikatan yang kuat dengan *aluk* dan adat yang membuat mereka terhambat menjadi Kristen karena tidak bersedia meninggalkan *aluk* dan adatnya (misalnya mereka tidak boleh mengadakan lagi upacara kematian).

Mula-mula muncul beragam pendapat mengenai sikap terhadap *aluk* dan adat. Awalnya guru-guru Injil memandang rendah orang Mamasa karena

³⁶Van der Klis, *Datanglah Kerajaan-Mu*, 21

³⁷Van der Klis, 92

ahik dan adatnya, bahkan orang Mamasa dilukiskan sebagai “orang kafir” yang sangat membutuhkan Injil. Pendeta misioner CGK mendekati *a lu k toyolo* secara kritis. Yang menjadi patokan bagi iman dan tingkah laku manusia adalah Firman Allah, menurut mereka *ahik* dan adat orang Mamasa perlu dikaji dan diuji berdasarkan patokan Firman Tuhan. Tujuan PI pendeta misioner adalah agar orang Kristen Mamasa boleh mewujudkan imannya sebagai orang Mamasa bukan sebagai tiruan orang Belanda. Prinsip inilah yang dalam PI disebut kontekstualisasi dan bukan sinkretisme.

Sampai saat ini, orang Kristen di Mamasa bertekad mewujudkan imannya dalam jati diri budaya orang Mamasa. Budaya Mamasa yang tidak bertentangan dengan Injil masih dipertahankan sebagai warisan leluhur yang harus dilestarikan. Yang bertentangan dengan Injil seperti *ma'paisung* dan *mangkiki'* untuk *dewata*) ditinggalkan.*³⁹ Dalam hal ini, ritual *messalu* dipertahankan dan diadaptasi ke dalam ritual Kekristenan karena dipandang tidak bertentangan dengan Injil. Dalam perpektif iman Kristen, *messalu* disepadankan dengan akta pengakuan dosa/pertobatan dalam ritus Kekristenan.

1. Ritual *Messalu* dan Pertobatan

Seperti yang telah diuraikan sebelumnya bahwa ritual *messalu* dalam perspektif budaya pada prinsipnya merupakan ritus pengakuan dosa yang di dalamnya individu menyadari, mengakui dosa dan memohon pengampunan kepada *dewata* atas peristiwa-peristiwa buruk yang dialami akibat ketidaktaatan. Jika dibandingkan dengan tradisi Alkitab Perjanjian

³⁸Van der Klis 94

³⁹Demma'musu', *Injil dan Pepairanan*, 67.

Lama, Allah memperkenalkan diri sebagai yang kasih sekaligus Adil. Ia mengasihi umat-Nya yang taat, tetapi menghukum yang tidak setia sebagai wujud keadilan-Nya. Inilah yang disebut dalam teori Aselmus bahwa Allah berada dalam dilemma karena sifat-Nya yang kasih sekaligus adil/⁰ Alkitab mencatatkan tindakan penghukuman Allah kepada umat-Nya akibat ketidaktaatan mereka seperti peristiwa air bah (Kej. 6-7), peristiwa Sodom dan Gomora (Kej. 19), peristiwa anak lembu emas (Kel. 32), peristiwa pembuangan ke Babel (Yer. 25), dan sebagainya.

Dalam konteks Peijanjian Lama, Allah memproklamirkan diri sebagai yang kudus dan menginginkan agar umat umat-Nya juga kudus (bdk. Imamat 11:45). Kata kudus berasal dari pokok-pokok Ibrani (*gadosti*) yang berarti memisahkan. Segala sesuatu yang terpisahkan (dikhususkan) dari kebiasaan atau hal-hal yang duniawi adalah kudus.^{40 41} Hal ini menegaskan kekhususan Allah dibandingkan dengan manusia, illah, dan ciptaan manapun bahwa Allah benar-benar tidak dapat bersekutu dan berkompromi dengan dosa.⁴² Dalam konteks pemahaman *alnk todolo*, *dewata* membenci kebatilan. Itu sebabnya malapetaka dapat diturunkan oleh dewa terhadap mereka yang melanggar *sangka' anna kabiasaan*.

Allah yang kudus hanya dapat bersekutu dengan manusia yang berdosa dengan jalan manusia menyucikan diri dari dosa melalui pertobatan. Dalam PL Allah menyenikan pertobatan melalui para nabi

⁴⁰Sih Budidoyo, *Jhon Wesley: Manusia Dibenarkan, Dikuduskan dan Disempurnakan*, (Yogyakarta: Penerbit ANDI, 2014), 4.

⁴¹W.R.F. Brorowning, *Kamus Alkitab*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009), 230.

⁴²Harun Hadiwijono, *Iman Kristen*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2006), 91.

seperti nabi Yesaya, Yeremia, Yehezkiel, Hosea (Yes. 31:6, Yer. 25:5,

Yeh. 14:6, Hos. 14:1). Seruan pertobatan yang sama dikumandangkan juga dalam konteks PB, seperti seruan pertobatan oleh Yohanes pembaptis (Mat. 3:2), seruan pertobatan oleh Yesus (Mat. 4:17), seruan pertobatan oleh Petrus (Kis. 2:36), seruan pertobatan Yohanes berdasarkan wahyu Yesus Kristus (Wahyu 2:5).⁴³Demikian halnya dalam ritual *messalu*, orang pandai, tua-tua, dan tokoh adat berperan sebagai *to massalu* yang mengarahkan seseorang untuk menyadari dan menyesali kesalahannya agar diperkenan, diampuni dan dipulihkan oleh dewa.

2. Ritual *Messalu* dan Ibadah Kontekstual

Dewasa ini, gagasan ibadah kontekstual menjadi wacana yang tidak asing dalam peribadatan Kristiani. Singgih menerangkan bahwa Kontekstualisasi adalah kesadaran Gereja untuk menyampaikan berita Injil ke tengah-tengah budaya tradisional dan budaya modern serta ke dalam segala situasi, kondisi dan keadaan dunia setempat, sambil tetap mempertahankan hakikatnya sebagai gereja milik Tuhan.⁴⁴ Th. Kobong mengungkapkan bahwa kontekstualisasi berlangsung dalam satu pergumulan ganda. Satu sisi bergumul dengan Firman Allah (teks Alkitab) dan sisi yang lain bergumul dengan kebudayaan (konteks).⁴⁵

⁴³G. C. van Niftrik, B. J. Boland, *Dogmatika Masa Kini*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2006),

⁴⁴E. G. Singgih, *Dari Israel ke Asia: Masalah hubungan antara Kontekstualisasi Teologi dengan*

⁴⁵Th. Kobong, *Iman dan Kebudayaan*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2004), 26.

Ibadah kontekstual dapat didefinisikan sebagai penataan dan pelaksanaan ibadah Kristen yang mengakomodir unsur-unsur kebudayaan, dimana Injil menjadi pandu budaya. Ibadah yang kontekstual adalah ibadah yang cocok, berkenaan, sesuai, dengan perikehidupan orang masyarakat tertentu misalnya bahasa, pakaian, karakter, sosial-budaya, struktur masyarakat, ekonomi, dan lain-lain. Dengan kata lain ibadah kontekstual merupakan ibadah yang tidak terisolasi dari konteks kebudayaan tanpa harus menggelapkan kebenaran Injil yang hakiki.

Upaya-upaya kontekstualisasi mewujud secara konkrit dalam ibadah-ibadah yang mengakomodir aspek budaya. Ritual *messalu* menjadi salah satu aspek budaya yang dikontekstualisasikan. Pelaksanaan ritual *messalu* yang dilakukan oleh orang Kristen di Mamasa, dikemas dalam sebuah ibadah penyerahan diri/pengakuan dosa. Paham-paham yang terdapat di dalam *aluk toyolo* diadaptasikan dan direkonstruksi kepada paham-paham iman Kristiani. Sehingga dalam ibadah penyerahan diri tersebut (*messalu*) orang Kristen di Mamasa membawa pertobatan-Nya kepada Tuhan dalam jati diri budayanya sebagai orang Mamasa.

B. Paradigma *Psikoterapi* Aaron Beck (CBT)

Cognitif Behavioral Therapy merupakan treatment psikologi berbasis psikoterapi. Secara harafia psikoterapi merupakan pengobatan pikiran atau pengobatan jiwa (*psyko* \ jiwa dan *therapy*. pengobatan).⁴⁶ Wolberg

⁴⁶Afi Parnawi, *Psikologi Perkembangan*, (Penerbit: Deepublish, 2021), 148.

menerangkan bahwa psikoterapi merupakan sebuah treatment terhadap masalah-masalah individu yang berbasis emosi. Hubungan profesional antara konselor dan klien bertujuan mencegah, mengubah dan memindahkan perilaku-perilaku yang menghambat serta meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan positif kepribadian klien.⁴⁷

Pendekatan psikoterapi merupakan sebuah kajian menarik dalam psikolog modern/ kontemporer. Setidaknya dijumpai enam teknik psikoterapi yang digunakan oleh psikolog,⁴⁸ yakni: pendekatan kognitif perilaku (Aaron Beck), pendekatan psiko analisis (Sigmund Freud), pendekatan keprilakuan (Ivan P. Pavlov dkk.), pendekatan humanistic (Abraham Maslow dkk.), pendekatan elektif atau integrative dan psikoterapi kelompok dan keluarga. Semua teknik psikoterapi tersebut di atas bertujuan untuk mengubah ketidak-efektifan pribadi menuju pribadi yang produktif.

1. Sejarah Perkembangan *Cognitif Behavior Therapy* (CBT)

Aaron Teinkin Beck yang dijuluki sebagai bapa terapi kognitif lahir pada tanggal 18 Juli 1921 di providence Rhode Island Amerika Serikat. Beck merupakan seorang psikiater di Amerika Serikat dan profesor emeritus di departement psikiatry University of Pennnsylvania.⁴⁹ Ia mulai banyak dikenal melalui penelitian-penelitiannya di bidang psikoterapi,

⁴⁷Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: LIBRI-BPK Gunung Mulia, 2012),

⁴⁸Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Agama*, (Jakarta: KENCANA, 2019), 208.

⁴⁹Eka Nova Irawan, *Buku Pintar Pemikiran Tokoh-Tokoh Psikologi dari Klasik sampai Modern*

psikopatologi, dan psikometri. Beck juga mencetuskan banyak sekali teori tentang depresi.

Sekitar tahun 1960an, Aaron T. Beck menggambarkan dan memperkenalkan konsep inti terapi perilaku kognitif (CBT). Untuk mendukung kemanjurannya, telah dilakukan lebih dari 300 uji coba yang terkontrol. Terapi kognitif sebagaimana didefinisikan oleh Judith Beck adalah pengobatan psikoterapi yang memiliki dukungan paling empiris.^{50 51} Pada awalnya jenis terapi ini dikembangkan untuk pengobatan depresi, namun orientasi pemecahan masalah praktis dan kegunaan CBT membuat banyak peneliti mengadaptasinya dari kerangka awal dan menggunakannya untuk kondisi kejiwaan lainnya, termasuk hipokondriasis, bulimia nervosa dan gangguan panik, fobia sosial, dan gangguan kecemasan umum?¹

Sejak diperkenalkan oleh Aaron T. Beck, pengaruh terapi kognitif terus berkembang. Hal tersebut tercermin dalam representasinya yang sekarang hampir ada di mana-mana, tidak hanya dalam program pelatihan psikologi klinis tetapi juga pekerjaan sosial, keperawatan, psikiatri, dan profesi lain yang menghargai pendidikan dalam pengobatan penyakit mental berbasis bukti. Bukan suatu kebetulan, jumlah penelitian mengenai manfaat terapi kognitif atau isu-isu terkait mekanisme atau teori juga mengalami pertumbuhan yang stabil. Sebagai konsekuensinya, dalam

¹Donna M. Sudak, *Cognitive Behavioral Therapy for Clinicians*, (Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2006), 9.

⁵¹Sudak

berbagai kelainan, terapi kognitif kini dipandang sebagai alternatif yang layak, bahkan lebih unggul, dibandingkan pengobatan yang selama ini dominan, seperti obat untuk depresi.⁵²

Dalam perkembangan selanjutnya, terapi kognitif diadopsi ke dalam dunia psikoterapi dan konseling dengan berbagai adaptasi. Beberapa teori yang berkenaan misalnya Meichebaum mengembangkan *Cognitive Behavior Modification*, Albert Ellis mengembangkan *Rational-Semantic Cognitive Therapies*, Michael Mahonei dan Donald Meichenbauin mengembangkan *Philosophical-Constructivist cognitive Therapies?*³ serta beberapa pengembangan terapi kognitif lainnya. Sampai hari ini *Cognitive Behavioral Therapy* menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam pelayanan pastoral konseling.

2. Definisi Cognitive Behavior Therapy (CBT)

Menurut Aaron Beck (*The Father of Cognitive Behavior Therapy*) konseling kognitif perilaku merupakan konseling yang bertujuan untuk mentransformasi kognitif atau paradigma konseli terhadap konsep dirinya dalam rangka melakukan perubahan emosi, perilaku, dan respon fisiologinya.⁵⁴ Konseling kognitif terapi menggunakan pendekatan berbasis psikoterapi. Teori ini lahir dari keyakinan Beck bahwa pola pikir klien sangat berpengaruh perasaan dan perilakunya.

⁵²Keith S. Dobson (editor), *Handbook of Cognitive Behavioral Therapies*, (New York: The Guilford Press, 2010),

⁵³Bakhrudin Ali Habsy, *Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern: Refleksi Keindahan dalam Konseling*, (Malang: Media Nusa Creative-MNC, 2022), 162.

⁵⁴ Habsy, 163

Singgih D. Gunarsa mendefinisikan terapi kognitif sebagai terapi yang menggunakan pendekatan terstruktur, aktif, direktif dan berjangka waktu singkat. Terapi kognitif efektif untuk menghadapi berbagai hambatan dalam kepribadian, seperti ansietas atau depresi.⁵⁵ Pengertian ini didasarkan atas teori bahwa cara pikir seseorang sangat menentukan bagaimana perasaan, reaksi, dan tindakannya.

Epigee menjelaskan bahwa terapi kognitif perilaku merupakan penggabungan dari berbagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah pikiran serta perilaku negatif klien.⁵⁶ Terapi tersebut diharapkan dapat meminimalisir intensitas dari pengaruh negatif fikiran dan emosional yang mengganggu keefektifan hidup seseorang. Definisi ini disederhanakan oleh Martin sebagai terapi yang memadumadankan atau menggabungkan perilaku dengan menggunakan penyangkalan distorsi kognitif.

Dari uraian beberapa definisi di atas, secara garis besar *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* merupakan salah satu bentuk psikoterapi yang mensinergikan terapi pada dua aspek yakni *cognitive* dan *behavior*. *Cognitive* dan *behaviour* memiliki keterkaitan yang erat dan saling mempengaruhi, *cognitive* mempengaruhi *behaviour*. Terapi ini bertujuan untuk mengubah fikiran negatif klien menjadi positif, yang akan turut mengubah tindakannya. Hal tersebut dapat memberi dampak signifikan bagi

⁵⁵Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, 227.

⁵⁶Niken Yuniar Sari, *Terapi Kognitif Perilaku dan Terapi Psikoedukasi Keluarga untuk Renaja*,

klien untuk memiliki kemampuan dan kesanggupan menyesuaikan diri ketika diperhadapkan dengan kondisi sulit dalam hidupnya.

3. Tujuan Cognitive Behavior Therapy (CBT)

Berikut ini diuraikan beberapa pandangan tentang tujuan terapi kognitif perilaku (CBT):

- a. Memberdayakan klien untuk menjadi terapis bagi dirinya sendiri (Aaron T. Beck). Klien ditolong untuk memiliki kemampuan dasar seperti: memonitoring pikiran negatif yang secara otomatis sering muncul, mengidentifikasi korelasi kognitif-afektif-psikomotorik, mengevaluasi realitas yang kontraproduktif dengan rasio, mereduksi kognisi terbias kepada interpretasi yang realistis dan menginfentarisasi dan mengubah keyakinan-keyakinan negatif yang mendistorsi tindakan.
- b. Menghilangkan cara berfikir yang menyalahkan diri sendiri, mengembangkan cara memandang lebih rasional dan toleran terhadap diri sendiri dan orang lain (Ivey).^{57 58 59}
- c. Mentransformasi fungsi kognitif untuk mempengaruhi perasaan dan tindakan, dengan memaksimalkan kapasitas fungsi otak untuk menganalisis, mengambil keputusan, bertindak, mengevaluasi dan mengambil keputusan (Niken Yuniar Sari)?⁹

⁵⁷Aprinna, *KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING*, (penerbit: Marathul Khoiriah, 2021), 32.

⁵⁸Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, 161.

⁵⁹Gunarsa, 37.

- d. Untuk memodifikasi keyakinan yang irasional, cara pikir yang keliru dan perspektif negatif tentang individu (Stuard dan Windarwati).⁶⁰
- e. Meluruskan kognitif yang menyimpang dan sering berubah yang berpengaruh besar pada kemampuan *study evaluative* otak agar individu menjadi rasional dan mampu beradaptasi, dengan menitik beratkan perubahan paradigma kepada perubahan perasaan dan perilaku (Ruslia Isnawati).⁶¹

Dengan demikian, jelaslah bahwa tujuan terapi kognitif perilaku adalah untuk menolong klien untuk terbebas dari beban masalah yang sedang dialami. Tujuan tersebut menyangkut beberapa aspek yang prinsip dan penting seperti mengajarkan kompetensi dasar bagi klien untuk menjadi terapis bagi dirinya sendiri dengan menghilangkan rasa bersalah, memaksimalkan potensi kognitif, memodifikasi keyakinan yang irasional, dan meluruskan kognisi yang menyimpang.

4. Teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

Cognitive Behavior Therapy (CBT) merupakan pendekatan psikoterapi yang digunakan sebagai intervensi oleh konselor untuk membantu klien ke arah yang lebih positif. Aspek penting dalam *Cognitive Behavior Therapy* adalah teknik perubahan kognisi, emosi, dan tingkah laku individu. Teknik ini mengalami perkembangan sesuai dengan konteks kebutuhan konseli. Konseli sebagai pusat dan peran konselor

⁶⁰Gunarsa

⁶¹Ruslia Isnawati, *Pentingnya Problem Solving bagi Seorang Remaja*, (Surabaya: CV. Jagad Media Publishing, 2014), 93.

bersifat aktif, direktif, terbatas waktu, dan berstruktur. Berbagai teknik intervensi Cognitive Behavior biasanya digunakan oleh Konselor atau terapis untuk menemukan interpretasi perilaku sasaran pada klien.

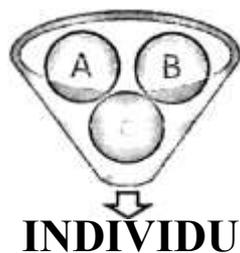
Teknik intervensi yang biasa dipergunakan oleh para ahli dalam penerapan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) adalah sebagai berikut.⁶²

- a. Rekonstruksi kognisi irasional.
- b. Adaptasi penerimaan diri (kondisi emosional internal) dari pandangan yang menakutkan kepada yang menarik dan meyenangkan.
- c. *Replay* pernyataan diri dalam *role play* konselor.
- d. Melakukan rekayasa pernyataan diri yang kontras dengan situasi real.
- e. Menakar perasaan cemas yang dialami dengan skala 0-100.
- f. Direction kognisi dari negatif ke positif.
- g. Relaksasi untuk mengubah perasaan takut dan cemas dengan menceritakan permasalahan secara berulang.
- h. Pelatihan adaptasi sosial.
- i. Menata ketrampilan untuk bertindak tegas (*assertiveness skill training*).
- j. Memberi aktifitas penugasan yang dapat mengalihkan pikiran (*home working*).
- k. Latihan menghadapi masalah (*in vivo exposure*).
- l. Memberi niang fungsi psikologis individu untuk mengalami adaptasi secara alamiah (*covert conditioning*).

⁶²A. Kasandra Putranto, *Aplikasi Cognitive Behavioitr dan Behaviour Activation dalam Intervensi Klinis*, (Jakarta: Grafindo Books Media,2016), 235-239.

5. Tahap Pemberian Psikoedukasi ABC

Pemberian psikoedukasi dalam intervensi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dapat dilakukan dengan sebuah format sederhana yakni Format ABC. A mewakili peristiwa aktivasi, B keyakinan tentang peristiwa dan C konsekuensinya dari keyakinan terhadap peristiwa. Format ABC merupakan kerangka umum yang biasa digunakan untuk memahami interrelasi antara peristiwa-kognisi-tindakan (Palmer, 2011).⁶³



- A= Peristiwa Aktivasi (Kognisi-fisiologis-emosi-perilaku)
- B= Keyakinan tentang peristiwa (Kognisi positif-negatif)
- C= Konsekuensi emosional (Respon perilaku, respon fisiologis)

Pemberian psikoedukasi dengan format ABC dapat menolong klien untuk menjadi lebih positif. Format ABC dapat menumbuhkan dan mengembangkan kemampuan klien untuk memandang hidup secara realitas dengan keyakinan yang positif agar respons prilakunya tidak maladaptif.

⁶³Daras Bunga Almiah, *Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif (Cognitive Behavioral Therapy) Terhadap Tingkat Kecanduan Gadgct pada Anak Sekolah Dasar di Mekarsari Kalibeber Mojotengah Wonosobo*, Skripsi, (PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG 2019), 32.

C. Integrasi Psikologi Terhadap Agama dan Budaya

Integrasi dipersepsikan sebagai pembauran hingga menjadi kesatuan yang utuh dan bulat.⁶⁴ James Widodo memberi pandangan tentang integrasi sebagai sinergitas antara lebih dari satu cabang ilmu non-linear tanpa mengaburkan kekhasan ilmu masing-masing.⁶⁵ Teori-teori integrasi antar cabang ilmu terus mengalami perkembangan yang signifikan, karena dipahami bahwa integrasi adalah sebuah keniscayaan untuk memberi jawab terhadap sekelumit tantangan zaman. Psikologi, agama, dan budaya merupakan tiga bidang ilmu yang memiliki domain masing-masing. Meskipun demikian, tidaklah mustahil untuk mengintegrasikan ketiganya karena terdapat satu titik singgung antar ketiganya. Titik singgung yang dimaksudkan termasuk diantaranya adalah posisi manusia sebagai objek kajian dalam bidang-bidang ilmu tersebut.

1. Psikologi dan Agama

Terdapat dinamika hubungan psikologi dan agama, keduanya sering dipertentangkan tetapi juga tak jarang diperdamaikan. Ada beberapa factor yang menyebabkan pertentangan tersebut. *Adanya persaingan perhatian*, agama dan psikologi saling berebut perhatian manusia modem sebagai jawaban atas segala persoalan kehidupan. *Perspektif negatif psikologi terhadap agama*, beberapa psikolog seperti Freud memiliki

⁶⁴-Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka, 1989), 335.

⁶⁵Sherly Mudak, "Integrasi Teologi dan Psikologi dalam Pelayanan Pastoral Konseling Kristen/" *Missio Ecclesiae* (2014), 1.

pandangan negatif terhadap agama.⁶⁶ Bagi Freud, agama tidak lebih dari sekedar ilusi yang dapat berdampak buruk bagi emosi dan kepribadian seseorang. Demikian juga Albert Ellis menuliskan bahwa terdapat kelebihan dan keutamaan seseorang yang memiliki kesehatan emosional dibanding yang beragama. *Perspektif negatif agama terhadap psikologi*, demikian sebaliknya bahwa pihak agama juga memandang negatif psikologi.

Adalah William James yang disebut sebagai bapak psikologi agama (dengan tulisanya yang populer: *The Varieties of Religious Experience*) berpendapat bahwa perilaku manusia sangat ditentukan oleh agama sebagai peran sentral.⁶⁷ Bagi James orang yang memiliki keagamaan yang matang akan memiliki kematangan emosional dan kepribadian. Senada dengan Wiemans yang berpendapat tentang kematangan keagamaan berbanding lurus dengan kehidupan sosial yang mewujudkan kesalehan sosial. James dan Wieinan bersebrangan dengan kubuh yang mempertentangkan psikologi dan agama. Bagi mereka, psikologi dan agama dapat berperan sentral bagi kematangan kepribadian individu.

Gary R. Collins merupakan seorang psikolog Kristen yang juga dikenal sebagai tokoh integrasi yang terkemuka. Dari sekian banyak pengamatan dan tulisannya tentang integrasi psikologi dan keKristenan, maka Collins menyimpulkan beberapa poin sebagai berikut: integrasi itu

⁶⁶ Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Agama*

⁶⁷ Yusron Masduki, Idi Warsah, *Psikologi Agama*, (Palembang: Tunas Gemilang Press, 2020), 289.

bermanfaat, integrasi tidak dapat didefinisikan, integrasi adalah personal, integrasi berdasarkan hermeneutik, integrasi harus eskatologis, integrasi harus sensitif terhadap budaya, integrasi harus berorientasi pada “*outreach*”, dan integrasi harus dipimpin oleh Roh Kudus.⁶⁸ Stanlay L. Jones memiliki gagasan yang sama dengan Collins, bagi Jones psikologi dapat membantu orang Kristen untuk memahami dirinya bahkan membantu orang lain⁶⁹

2. Psikologi dan Budaya

Dewasa ini, disadari bahwa budaya memiliki andil besar dalam aspek psikologis manusia. Meskipun pada awalnya ilmu psikologi tidak memberi antensi terhadap budaya, tetapi pada akhirnya *cultural psychology* menjadi salah satu cabang ilmu dalam psikologi. *Cultural psychology* merupakan kajian terhadap kebudayaan untuk merefleksikan peran kebudayaan membentuk proses psikologis sekelompok masyarakat yang menganut kebudayaan tersebut.⁷⁰ Study psikologi kebudayaan dapat memberi manfaat untuk memahami dan mengkomunikasikan praktek tradisi yang membentuk perilaku masyarakat yang menganut budaya tertentu.

Bagi Seggal, psikologi lintas budaya menjadi keharusan dalam rangka mengkaji secara ilmiah tentang perilaku manusia dan penyebarannya yang sangat dipengaruhi dan dibentuk oleh kekuatan sosial

“Benjamin S. Utomo, *Pandangan Konseling Biblika VS Integrasi*, (Yogyakarta: ANDI, 2023), 103-123.

⁶⁹Utomo. 134.

⁷⁰John Santrock, *Educational Psychology*, (New York: McGraw-Hill, 2011), 142.

dan budaya. Lebih lanjut Berry dkk.⁷¹ menguraikan secara rinci tentang study psikologi lintas budaya untuk menguraikan persamaan dan perbedaan gejala dan fungsi psikologis masyarakat berdasarkan latarbelakang budaya dan etnis.^{71 72} Hubungan-hubungan tersebut mencakup korelasi variabel psikologis dengan sosiokultural, ekologis dan biologis, dan dinamika antar variable tersebut.

Penelitian terkini semakin menunjukkan bahwa proses-proses psikologis individu sangat dipengaruhi oleh budaya yang dimiliki oleh individu tersebut. Sebagai contoh, budaya dapat membentuk proses psikologis dalam hal kognisi, persepsi, kesadaran, dan lain-lain. Hofstede (1983) bahkan menyebut budaya sebagai kognisi, karena budaya merupakan akumulasi representasi mental tentang dunia. Sementara Berry dkk. menyebut budaya sebagai produk dari kognisi yang tennanifestasi dalam bentuk norma, nilai, keyakinan, dll.⁷³ Tetapi apapun itu, budaya diyakini sangat berpengaruh dalam bagi proses psikologis manusia.

3. Konseling Lintas Agama dan Budaya

Gagasan tentang konseling lintas agama dan budaya merupakan gagasan yang mulai dikembangkan akhir-akhir ini. Realitas tentang *pluralisme* agama dan budaya menjadi pemicu gagasan tersebut. Bahwa pada kenyataannya, praktek konseling diperhadapkan dengan pendampingan individu yang memiliki latar belakang agama dan budaya.

⁷¹Tri Dayakisni, Salis Yuniardi, *Psikologi Lintas Budaya*, 4.

⁷²Tri Dayakisni, Salis Yuniardi.

⁷³Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Lintas Budaya*, Qakarta: PT RAJAGRAFINDO PERSADA, 2016), 23.

Menurut Subhi konseling lintas budaya dan agama merupakan proses konseling yang melibatkan konselor dan konseli yang memiliki latar belakang agama dan budaya.⁷⁴ Konsekuensinya adalah proses konseling sangat rawan dengan bias-bias budaya dan agama. Oleh karena itu menurut Achmad (2016) konselor wajib memiliki kompetensi dasar untuk memahami individu dalam perspektif agama dan sosial budaya.^{75 76}

Sikap respect terhadap agama dan budaya merupakan aspek penting yang harus dimiliki oleh seorang konselor dalam konseling lintas agama dan budaya. Konselor yang sensitif agama dan budaya harus memiliki kesadaran untuk mengenal dan memahami agama dan budayanya dan juga latar belakang agama dan budaya klien agar tidak terjadi bentrok yang bisa menghambat proses konseling. Konselor harus mengakomodir nilai-nilai agama dan budaya konseli dengan tidak mengintervensi secara subjektif. Demikian juga konseli harus dipastikan tidak terdampak bias budaya dan agama dari konselor dalam proses konseling.

Konseling lintas agama dan budaya menjadi pendekatan yang efektif untuk memproyeksikan orientasi keagamaan dan kebudayaan masyarakat agar dapat menghidupi agama dan budaya secara positif.⁷⁷ Hal

⁷⁴Sutya Dewi, Rois N.U, Pendekatan Konseling Lintas Agama dan Budaya dalam Pencegahan Kekerasan dalam Rumah Tangga pada Pasangan *Kerje Mude*, (Jurnal: C1C, 2022), 48.

⁷⁵Dewi. Rois N.U

⁷⁶Afifatuz Zakiyah, dkk.. *Peran Konselor Lintas Agama dan Budaya sebagai Problem Solving Masyarakat Multibudaya*, (Al-Ihtiram: Multidisciplinary Journal of Conseling and Social Research, Vol. 1. No. 1, 2022), 54.

⁷⁷Sukardiman, Menjaga Harmoni dengan Pendekatan Konseling Lintas Budaya dan Agama. (Al-Irsyad: Jurnal Bimbinagn Konseling Islam, Vol. 3 No. 1, 2021), 34.

tersebut akan sangat berdampak pada terwujudnya sikap harmonisasi sosial antar individu dalam lingkungan sosial. Meskipun demikian dampak-dampak negatif konseling lintas agama dan budaya tidak dapat terelakkan. Misalnya dapat menimbulkan konsekuensi eksklusifisme dan etnosentrisme. Oleh karena itu, seorang konselor harus memiliki sensitifitas dan kualitas yang baik.